



Introduction aux troubles musculo-squelettiques d'origine professionnelle

Pourquoi les troubles musculo-squelettiques sont-ils notre priorité à tous?

Les troubles musculo-squelettiques (TMS) sont le problème de santé lié au travail le plus fréquent en Europe. Près de 24 % des travailleurs de l'EU-25 déclarent souffrir du dos et 22 % se plaignent de douleurs musculaires. Ces deux affections sont plus répandues dans les nouveaux États membres où leurs taux de fréquence respectifs sont de 39 et 36 % (1). Les TMS ne sont pas seulement une cause de souffrance et de perte de revenus pour les personnes, ils sont aussi coûteux pour les entreprises et les économies nationales. S'ils peuvent affecter n'importe quel travailleur, il est possible de prévenir leur apparition en évaluant les tâches, en mettant en place des mesures préventives et en vérifiant que celles-ci restent efficaces.

«Allégez la charge» est le thème de la campagne européenne qui sera consacrée aux TMS en 2007. Cette campagne, à laquelle doivent participer tous les États membres de l'Union européenne et les pays de l'Association européenne de libre-échange (AELE), vise à faire progresser l'action engagée contre les TMS pendant la première semaine européenne organisée en 2000 sous le slogan «Tournez le dos aux TMS».

Qu'est-ce que les troubles musculo-squelettiques?

Les troubles musculo-squelettiques d'origine professionnelle sont des affections de structures corporelles telles que les muscles, les articulations, les tendons, les ligaments, les nerfs, les os et le système vasculaire local, qui sont essentiellement provoquées ou aggravées par l'activité professionnelle et les effets de l'environnement immédiat dans lequel celle-ci est exercée.

La plupart des TMS d'origine professionnelle sont des troubles cumulatifs qui résultent de l'exposition répétée à des pressions plus ou moins intenses sur une longue période. Les TMS peuvent toutefois aussi prendre la forme de traumatismes aigus tels que les fractures provoquées par un accident.

Ces troubles affectent principalement le dos, le cou, les épaules et les membres supérieurs mais ils peuvent aussi affecter les membres inférieurs. Certains TMS sont des troubles spécifiques qui se caractérisent par des signes et des symptômes bien définis, comme le syndrome du canal carpien affectant le poignet. D'autres se manifestent uniquement par une douleur ou un inconfort sans qu'un trouble spécifique soit clairement observé.

Quels sont les facteurs pouvant contribuer aux troubles musculo-squelettiques?

Plusieurs groupes de facteurs peuvent contribuer aux TMS, tels que des facteurs physiques et biomécaniques, des facteurs organisationnels et psychosociaux ainsi que des facteurs individuels et personnels (voir l'encadré n° 1). Ils peuvent exercer une action séparée ou conjointe.

Encadré n° 1 — Facteurs pouvant contribuer au développement de troubles musculo-squelettiques

Facteurs physiques:

- exercice d'une force, par exemple, pour soulever, transporter, tirer ou pousser une charge ou utiliser des outils;

- mouvements répétitifs;
- postures inconfortables et statiques, par exemple, avec les mains au-dessus du niveau des épaules, ou position debout ou assise prolongée;
- compression localisée par des outils ou des surfaces;
- vibrations;
- froid ou chaleur excessive;
- mauvais éclairage pouvant notamment être cause d'accident;
- niveaux sonores élevés provoquant, par exemple, une tension corporelle.

Facteurs organisationnels et psychosociaux:

- travail exigeant, manque de contrôle sur les tâches accomplies et faibles niveaux d'autonomie;
- faible degré de satisfaction professionnelle;
- travail répétitif et monotone effectué à un rythme rapide;
- manque de soutien de la part des collègues et de la hiérarchie.

Facteurs individuels:

- antécédents médicaux;
- capacité physique;
- âge;
- obésité;
- tabagisme.

Comment s'attaquer aux troubles musculo-squelettiques?

Une approche globale s'impose pour s'attaquer aux TMS. Elle ne doit pas être axée sur la seule prévention de l'apparition de nouveaux troubles mais également sur le maintien en fonction, la réadaptation et la réinsertion des travailleurs souffrant déjà de TMS.

Encadré n° 2 — Lutte contre les troubles musculo-squelettiques: l'approche européenne (2)

Pour prévenir les TMS (3):

- éviter les risques de TMS;
- évaluer les risques qui ne peuvent être évités;
- combattre les risques à la source;
- adapter le travail à l'homme;
- tenir compte de l'évolution technologique;
- remplacer ce qui est dangereux par ce qui ne l'est pas ou par ce qui l'est moins;
- élaborer une politique globale de prévention cohérente s'attaquant à tout ce qui exerce une charge sur le corps;
- privilégier les mesures de protection collective par rapport aux mesures de protection individuelle;
- donner les instructions appropriées aux travailleurs.

Maintenir en activité les travailleurs souffrant de TMS:

- fournir des possibilités de réadaptation;
- assurer la réinsertion professionnelle des travailleurs qui souffrent ou ont souffert de TMS.

(1) Fondation européenne pour l'amélioration des conditions de vie et de travail, «Quatrième enquête européenne sur les conditions de travail», 2005.

(2) Agence européenne pour la sécurité et la santé au travail, «Recherche sur les lombalgies d'origine professionnelle», 2000.

(3) Selon la directive 89/391/CEE, article 6, paragraphe 2.

Les mesures préventives doivent s'attaquer à tout ce qui exerce une charge sur le corps et peut contribuer au développement de TMS. Ceux-ci ne résultent généralement pas d'un seul facteur — par exemple, la manutention manuelle est rarement la seule cause de douleurs du dos: de nombreux autres facteurs peuvent contribuer à leur développement, tels que le stress, les vibrations, le froid et l'organisation du travail. Il est donc très important d'évaluer l'ensemble des risques de TMS et de les traiter globalement.

Le maintien en activité des travailleurs souffrant de TMS doit faire partie intégrante de la politique relative aux TMS sur les lieux de travail. Les approches pluridisciplinaires associant la prévention et la réadaptation doivent être privilégiées. Il est particulièrement important que les travailleurs souffrant de TMS bénéficient d'un soutien social et organisationnel tant pour reprendre le travail que pour se maintenir en activité. Il est aussi important d'obtenir le soutien et l'engagement actifs des travailleurs à risque et des autres parties prenantes.

Les principaux aspects de l'approche européenne en matière de lutte contre les TMS sont exposés dans l'encadré n° 2.

Selon une étude de cas portant sur le secteur hospitalier (*), s'attaquer aux sources des troubles musculo-squelettiques est une opération rentable

Les tâches effectuées par les employés de la blanchisserie d'un grand hôpital les exposaient au risque de lésions dans le bas du dos et aux épaules. Elles les obligeaient à la fois à se pencher trop en avant pour soulever le linge sec ou humide, à faire des efforts prolongés et à travailler dans des postures inconfortables.

Illustration n° 1 — Le convoyeur avant modification: les employés devaient travailler dans des postures inconfortables.



Source: HSE, Royaume-Uni.

Sur la base d'une évaluation ergonomique à laquelle ont participé des experts, des employés et la hiérarchie, des changements ont été introduits dans la blanchisserie sous la forme notamment d'une modification des postes de travail et de l'équipement (par exemple l'extension du convoyeur, voir l'illustration n° 2), de la rotation des emplois et de la fourniture d'un retour d'information aux employés.

Ces mesures ont permis de réduire de 62 % les absences du personnel pour maladie, d'améliorer la productivité de 12 %, de diminuer de 20 % le paiement d'heures supplémentaires et d'améliorer le moral du personnel. Le coût total de l'intervention s'est élevé à 29 030 livres sterling: en supposant

que le cycle de vie du processus soit de trois ans à partir de la date de l'intervention, le bénéfice net qui en a résulté s'est élevé à 209 739 livres sterling pour un temps de retour sur investissement de 4,38 mois.

Illustration n° 2 — Le convoyeur après modification: on peut voir son extension et l'utilisation de sacs à linge en matière plastique.



Source: HSE, Royaume-Uni.

Législation européenne

Les principaux aspects de la prévention des TMS sont déjà pris en considération dans les directives européennes ainsi que dans les réglementations et les guides de bonne pratique des États membres. Les directives sont complétées par une série de normes européennes (connues sous le nom de «normes EN») qui apportent des précisions ou définissent les modalités d'application des directives (5).

Les principales directives européennes pertinentes pour la prévention des TMS sont les suivantes:

- 89/391/CEE: couvrant les mesures destinées à favoriser une amélioration de la sécurité et de la santé des travailleurs;
- 89/654/CEE: instaurant des prescriptions minimales pour l'aménagement du poste de travail;
- 89/655/CEE: fixant les prescriptions minimales pour les équipements de travail;
- 89/656/CEE: fixant les prescriptions minimales pour les équipements de protection individuelle;
- 90/269/CEE: portant sur l'identification et la prévention des risques liés à la manutention manuelle;
- 90/270/CEE: fixant les prescriptions minimales en matière de santé et de sécurité pour le travail sur écrans de visualisation;
- 93/104/CE: concernant l'aménagement du temps de travail;
- 98/37/CE: concernant les machines;
- 2002/44/CE: portant sur l'identification et la prévention des risques dus aux vibrations.

Pour de plus amples informations sur la campagne consacrée aux TMS, consultez le site: <http://ew2007.osha.europa.eu>

Pour de plus amples informations sur la prévention des TMS et le maintien en activité des travailleurs souffrant de TMS, consultez le site: <http://osha.europa.eu/topics/msds/>

Pour de plus amples informations sur les publications de l'Agence, consultez le site: <http://osha.europa.eu/publications>

(*) Rapport d'enquête n°491 du *Health & Safety Executive* du Royaume-Uni, intitulé: «Cost benefit studies that support tackling musculoskeletal disorders».

(5) Le site internet de l'Agence offre des liens avec la législation européenne relative aux TMS: <http://osha.europa.eu/topics/msds/>, la législation européenne relative à la protection des travailleurs: <http://osha.europa.eu/legislation> et les sites des États membres présentant les législations et les directives nationales.

Agence européenne pour la sécurité et la santé au travail

Gran Vía, 33, E-48009 Bilbao
Tél. (+34) 94 479 43 60, fax (+34) 94 479 43 83
E-mail: information@osha.europa.eu

